

青少年目標設定取向及社會支持之關係探究

Analyzing the Approach of Adolescent Goal Setting and Relationship with Social Support

李介至^{1*}、林益永²

Jiezhi Lee, Yiyong Lin

摘要

青少年時期是個人目標形成之重要階段，人格定型、角色凝固、價值認同、職業將逐漸形成與確認。其中少數問題學生可能亦有其特殊目標設定，然而在未獲社會支持情況下，可能使他們陷入社會問題之危險情境。至於假使多數青少年所重視的目標未獲社會支持時，則教育機制可能面臨缺乏效能之挑戰。本研究首先探討青少年之生活目標為何，並探討其目標所獲得的社會支持情形，以檢視教育機制所缺乏關懷之部分。本研究以叢集取樣抽取395名參與者，經施測生活目標量表及社會支持量表，以描述統計及典型相關進行分析，研究結果如下所述：

- 一、青少年主要目標設定依序為「走自己的路」、「找到好工作」、「不喜歡被規定約束」、「得到別人幫助」、「考試過關」、「有活力」、「被同學接納」、「獲得別人肯定」、「甄試（申請）好高中」與「有很多朋友」等。
- 二、青少年「聲望」、「學業成就」、「體能」、「人際關係」、「身體意象」等目標與親人支持最具有關連。至於「自我呈現」、「偏差行為」與「職涯」目標則與社會支持各類型缺乏關連。

關鍵詞：青少年、目標設定、社會支持

^{1*} 中州科技大學幼兒保育系副教授 Associate Professor, Department of Childhood Development and Education, Chung Chou University of Science and Technology . LJE6422@gmail.com (通訊作者)

² 修平科技大學人力資源管理與發展系助理教授 Assistant Professor, Department of Human Resource Development and Management, Hsiu Ping University of Science and Technology



Abstract

The study explored what the goal setting of the adolescents' was, and investigated the social support of their goal setting, so that we can examine the weakness of our educational system. The period of adolescents was an important stage of their personal goal setting. If the emphasis of most adolescent goal setting didn't correspond with social values and support, it was doubt to deal with these related problems efficiently. The study selected 395 subjects by stratified random sampling. After they were measured by goal setting scale and social support scale, the result was as follows.

1. adolescent major goal settings were “go their own way”, “find a good job”, “dislike rules and regulations”, “get help”, “pass the exam”, “being energetic”, “being confirmed”, “being permitted by a good high school”, and “have many friends” etc.
2. there existed statistical relations between adolescents' “reputation”, “academic performance”, “physical activity”, “personal relationship”, “body image”, and family support, as well as professional support. As to “self-present”, “deviant behaviors”, and “career tendency”, they had weak relations with any kind of social support.

Keyword: adolescent, goal setting, social support

一、緒論

(一) 動機與目的

學校教育的目的在於傳遞知識、技能養成、延續文化並培養個體健全之人格。然而在傳統仕紳觀念所籠罩的台灣社會中，教育理想之多目標取向逐漸退化成單一目標取向。對於教師而言，教育目標應是融合知識、情意、技能三種目標之統合，然而現今教師卻經常以傳遞知識為主要目標，因此學生應有良好學業成就，並且與教師之理念相配合，此類學生才容易被學校、家庭與社會所讚許。

對於青少年而言，個體在成長至成人之歷程中，亦有不同之目標取向，然而在知識導向之學習環境中，學業成就不但是造成青少年困擾之主要問題，學業成就低落所導致的社會、家庭或個人問題更是社會成本之一大負擔。其實多數人類行為皆為目標取向，在實證研究上亦已經肯定目標設定與個體表現或心理健康具有密切關連(Pajares, Britner & Valiante, 2000)，然而卻仍有些重要性很少被探討，如青少年對自我具有不同或多重目標設定等相關實證研究仍相當缺乏(Carroll, Durkin, Hattie & Houghton, 1997)，因此，青少年目標設定之問題，相當值得教育心理與輔導等相關人員進一步探討。目標讓生活有意義，可視為生命連續體正面之一端，負面一端則是無意義及寂寞(Gore & Cross, 2006)。生活缺乏目標，會顯的厭煩、無聊、悲傷，甚至讓人有自我傷害之念頭(McWhirter, McWhirter, McWhirter, & McWhirter, 1998)。

社會認知理論之論點指出，決定個體行為之因素包含自我效能及目標設定，個體對目標設定越堅定且達成該目標的能力信念越強，則越可能採取各種努力去實踐它(Miller & Brickman, 2004)。目標設定理論亦持相似論點，目標能引導個體之注意力，使個體更加努力投入，並引發相關知識、技巧及策略以投入行動(Locke & Latham, 2002)。因此，目標形成與設定在學習心理歷程中相當重要，因為目標能調節人類的行動，激勵個人動機，界定自己可接受之表現水準，以及提高個體整體行為表現水平(Carroll et al., 1997)。此外，多數心理與發展學家一致認為青少年時期是個人目標形成的重要階段，人格逐漸定型、性別角色凝固、社會價值觀之認同、個人職業選擇在此時期都逐漸形成與確認(Bonney, Grosz, & Roark, 1996)，因此青少年時期所做之抉擇對於其未來人生具有長期之影響。呈上所述，本研究一方面探討目前青少年之生活目標為何，進而探討其教育意涵，另一方面，本研究為檢視當前教育與輔導體制所缺乏關懷之部分，並探討青少年目標設定所獲得的社會支持情形，最後並依研究結果深入分析並提供建議。

整體而言，本研究目的有以下二點：

- (一) 探討青少年主要目標設定取向，並比較不同生活目標對於青少年之重要性，以檢視學校教育現況與問題。
- (二) 探討不同目標青少年所獲得之社會支持現況，以彌補與改進社會支援體系所缺乏的部分。



(二) 名詞釋義

1. 目標設定(goal setting)

目標是指個體在動機活動中所尋求的最後結果，最後使動機獲得滿足的反應；目標設定則是個體利用有系統的方法與步驟，參考自我知覺、行為價值與社會情境等因素，使動機加以具體化的一種過程。本研究根據文獻，將青少年目標設定區分為「偏差行為」(deviant behaviors)、「聲望」(reputation)、「學業成就」(academic achievement)、「體能」(physical vigor)、「職涯」(career)、「自我呈現」(self representation)、「同儕關係」(peer relation)、「身體意象」(body image)等八類目標。

2. 社會支持(social support)

社會支持是指個人透過與其他個人或團體的互動中，得到情緒性支持、訊息性支持或工具性支持，以滿足個人需求 (黃蕙貞, 1999)。在本研究中，社會支持共區分為三種不同社會支持來源。1. 親人支持(relatives support) : 包含父母、兄弟姊妹及親戚之支持。2. 同儕支持(peer support) : 包含同學及朋友的支持。3. 專業支持(professional support) : 包含教師、輔導教師、社會輔導人員之支持。

二、文獻探討

(一) 青少年之目標設定取向

青少年之目標形成是由社會環境、家庭期望、自我期望與個性、教育當局與個體生理發展等因素所影響。過去已有許多針對青少年希望、目標與恐懼所做之調查研究(Carroll et al., 1997)，儘管樣本、方法與地區的不同，然而相關研究已出現在過去文獻中，並提供本研究之理論基礎。由教育與發展心理學觀點而言，青少年之身心發展在此階段皆改變甚大，在生理、認知、性別角色、自我、生涯等各層面皆有新的成長。其中，青少年莫不希望與同儕之間建立親密關係，尋求相互信任、尊重與關懷的感覺(Murdock, Hale, & Weber, 2001)，因此同儕對青少年的影響最大，無論在休閒、衣著、性知識、異性關係等方面，同儕皆具有相當關鍵與重要之影響力。同儕關係之追求不僅是青少年本身最關切之議題，也是教育與輔導相關人員最為關切的焦點(Meurling, Ray, & LoBello, 1999)。

青少年具有自我一致性之理由 (self-concordant reasons) 去追尋目標，以表達其內心持久之興趣與價值，他們視自己為一獨立個體，發展出一種自治的感覺(Gore & Cross, 2006)。這種自我風格會隨著青少年認知能力提昇，使個體免於兒童期自我中心之限制，但卻會產生青少年特有之自我中心主義等，統合形成青少年的「自我呈現」目標(Conger & Galambos, 1996)。至於「聲望」目標也相當值得注意，個人聲望不但代表個人具有較佳的社會技巧與崇高的地位，也代表個體在團體中有較多的權力與影響力。實證研究也顯示，聲望目標對於評價個體姓名、特徵與地位具有相當的重要性，並對個體身心適應具有顯著預測作用 (Morison & Masten, 1991)。因此，這種成就感與適應性會促使青少年有動機去達成此種目標(Emler, 1990)。

其次，從學校教育的觀點而言，在升學環境的影響下，青少年時期的學校教育主要在於升學導向，並伴隨著職業試探。因此，青少年的學業成就表現也一直深受關切，學業成就不但能有效預測青少年之身心健康(Vingilis, Wade, & Adlaf, 1998)，學業成就低落也可能造成青少年人際衝突及內外化問題行為之肇生(李介至, 1999; Aunola, Stattin, & Nurmi, 2000)。許崇憲(2010)研究亦指出，公立技職學生比較用功是因為有較強之學習興趣及學業目標設定，私立技職學生比較用功是因為具有較高之學業復原力，因此學業目標設定有助於個體達成較高之學業成就。技職合作班則是青少年另一個目標取向選擇，現今已有許多中等學校設立，並定期與建教合作廠商合作規劃課程，一方面試探青少年職業，另一方面也提供將來進入社會職場之準備。Shevlin 和 Millar (2006)即認為個體在做職業決定之重要性可以反映出其職業發展、職業選擇及職業成熟度，學校當局亦應提供足夠之職業訊息及管道，這對部分青少年亦相當重要。因此青少年在此階段同樣具有「學業成就」與「技職傾向」之目標傾向。

至於從社會觀點而言，最值得關切的問題焦點則為青少年之「偏差行為」問題。偏差行為在實證研究上已證實與個體在校適應不良，心理困擾有直接關係(Juan, Estefania, & Gonzalo, 2006)。而從生物的觀點而言，青少年時期生理上、心理上、外表上的改變更是個體成長之主要特徵，其中青少年對外表形象的重視更甚於心理與生理上的改變(Atwater, 1996)。青少年莫不希望自己擁有較佳外表整體形象，如此自我不但有較佳之自尊與自我認同，更有利於社會之互動關係。黃德祥(1994)即認為青少年交友無論喜不喜愛，外表乾淨是青少年交友相當重要之特質。晏函文(1998)從個案探討中發現當前青少年交友時會相當重視對方的外表乾淨、衣著整潔，而若為異性交友時，更會考慮到對方的臉孔與身材。Messman 和 Mikesell (2000)針對 449 名大學學生，調查發現爭論、社會吸引與利他主義對於同儕關係和諧具有顯著預測力。

因此青少年「身體意象」也是此時期的目標之一。此外，青少年時期也是體能轉變之重要階段，這類轉變可以區分個體自我概念與社會關係，各類研究亦已顯示體能與興趣追求之相關性，因此體能對很多人是相當重要(Carroll et al., 1997)。根據前述文獻推導，先前研究可歸納區分為八種目標，分別為偏差行為、聲望、學業成就、體能、職業、自我呈現、人際關係、身體意象，這亦是本研究對於目標設定取向之分類基礎。

(二) 目標設定取向及社會支持

青少年具有不同之目標設定，有些目標被社會期望對多數青少年相當重要，如學業成就、人際關係；有些則可能是個人所追求的生活目標，如自我呈現、身體意象、體能等；最後則為特定某些人所追求的目標，如偏差行為。值得注意的是，在個體發展的關鍵期時，青少年對於自身目標是否清楚，目標對於個體的重要性雖然可能會有其差異性，個人也會有與學校目標不一致、個體無目標、反對學校目標之情形發生(Carroll et al., 1997)。

對於某些人而言，破壞規則或觸犯法律可以滿足需求，例如偷竊即可即時滿足個體對物質之渴望，倘若受到同儕拒絕或受到不良學生之支持等條件下，青少年極容易傾向行為偏差，並以反社會行為為生活目標(李介至, 2001; Pope & Bierman, 1999)。雖然行為偏差之青少年



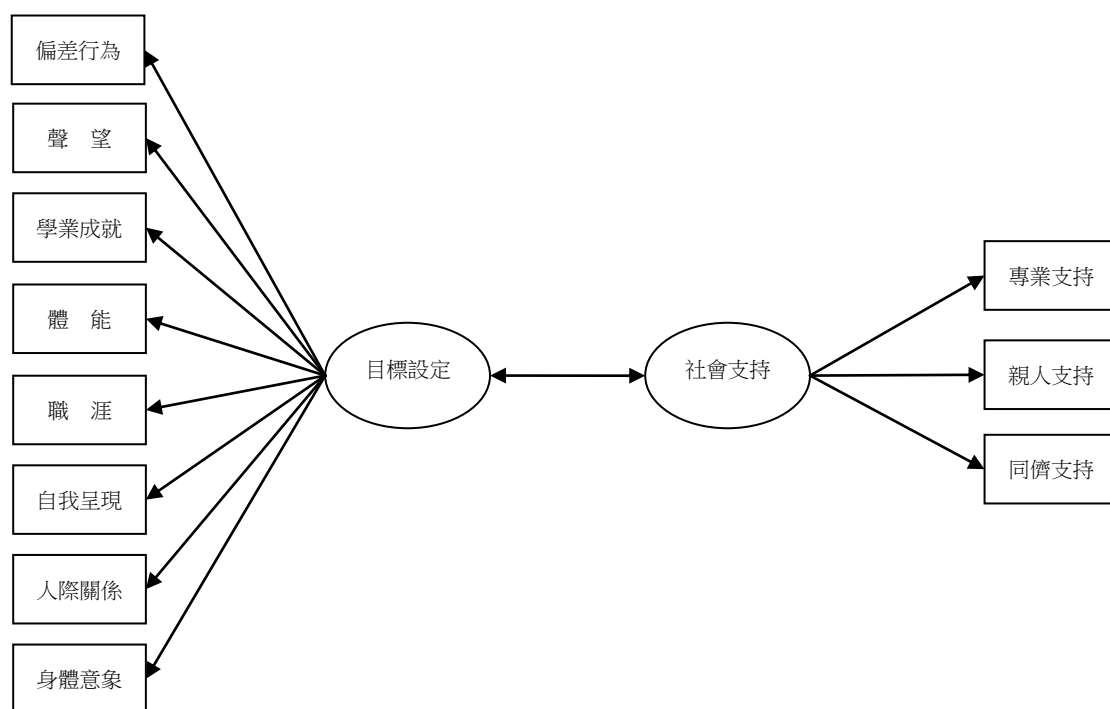
不能察覺偏差行為的真正目的，然而卻自認其行為不但有道理且合乎邏輯，其目的都在獲取別人的認同肯定 (McWhirter et al., 1998)，亦即部分問題學生可能也有其目標設定，然而其目標並未獲得特定社會支持之排解，這些青少年所重視的目標可能會使他們陷入教育失敗或社會問題的危險情境。學業成就目標則為此階段多數學生所認同，學業成就不但與青少年自信有密切相關，是日後成功指標之一，更關係到家庭、學校之聲望，因此容易獲得較多之社會支持(Clausen, 1993)。

至於如果多數青少年所重視的目標同樣未獲得特定社會支持時，則我們教育與輔導機制同樣面臨缺乏效能的挑戰，而其後果可能是青少年變得無所適從。Hadley 和 MacLeod(2010)以 86 名受試者探討其情感因素與目標設定之關係，結果顯示目標設定與無望感、焦慮、憂鬱均呈現顯著關係，假若個體目標設定缺乏支持，則負向情感反映將日趨明顯。因此社會支持在個體目標追求中具有重要功能，這亦是本研究欲探究之另一個重要議題。

三、研究材料

(一) 研究架構

本研究目的在探討青少年之目標設定及其與社會支持之關係，根據文獻推論，本研究將目標設定區分為八種目標，分別為偏差行為目標、聲望目標、學業成就目標、體能目標、職涯目標、自我呈現目標、人際關係目標及自我意象目標。社會支持則區分親人支持、同儕支持及專業支持等三種社會支持。本研究自變項為目標設定，依變項為社會支持，本研究並假設目標設定與社會支持兩組變項具有相關性。



圖一 研究架構圖

(二) 抽樣方法

在抽樣的方法上，在母群體的界定上，母群體為台灣地區青少年，可接近母群體為新北市、台北市、高雄市等三個縣市在學國中學生。本研究採取叢聚抽樣法，分別在新北市、台北市及高雄市抽取國民中學，待學校選定後，再以分層隨機方法分別在各年級抽取代表之班級。本研究共抽取中山國中、三民國中、萬芳國中與汐止國中共 395 名國中生為本研究受試者。受試者基本資料顯示：男生 201 人(50.9%)，女生 194 人(49.1%)；7 年級 164 人(41.5%)、8 年級 140 人(35.4%)、九年級 91 人(23.0%)；高社經地位者 169 人(42.8%)、中社經地位者 156 人(39.5%)、低社經地位者 70 人(17.7%)。因此本研究受試者在性別分佈上頗為平均，但在年級及家庭社經地位上則以 7、8 年級及中高社經地位的學生為主，在推論上應有所限制。

(三) 研究工具

1. 生活目標量表

本量表主要根據 Carroll 等人(1997)的目標設定量表加以修編而成。原量表共設計 45 題，經項目分析及內部一致性分析，剩餘 40 題以形成正式量表。量表經最大變異數法直交轉軸可抽取八個因素，與理論相符，累積解釋變異量達 52.13%，具因素構念效度，故分別根據題目內容命名為「同儕關係」、「聲望」、「自我呈現」、「學業成就」、「身體意象」、「偏差行為」、「職涯」、「體能」。在信度部分，內部一致性 Cronbach's α 信度分別為 .80、.78、.77、.76、.74、.64、.61、.60，全量表信度為 .88。填答方式採 Likert 式三點量表，分別為「不認同」、「沒意見」及「認同」三種填答方式，得分分別為 1、2、3 分，分數越高，代表受試者越認同該種目標。

2. 社會支持量表

社會支持量表主要以黃惠貞(1999)所編製之社會支持量表為測量依據。量表共 20 題，主要包含三種社會支持類型，分別為情緒性支持、訊息性支持和工具性支持。信度分析顯示三個分量表之 α 係數分別為 .95、.95、.95，因素分析顯示累積解釋變異量為 69.90%，顯示量表具信、效度。計分方式採 Likert 式五點評量法，依次為「從不發生」、「偶而發生」、「有時發生」、「經常發生」、「總是發生」，分別計為 1、2、3、4、5 分，並無反向題，分數愈高表示所獲得的社會支持類型愈高，反之則越低。

(四) 研究步驟

根據研究目的，本研究主要關注青少年之主要目標傾向為何？進而探討不同目標之青少年所獲得的社會支持現況，最後並針對研究結果分析當前學校教育問題與提供建言。研究步驟首先以便利取樣抽取中部一所國民中學共 159 在學學生為預試分析對象，目的在發展青少年生活目標量表，社會支持量表則採黃惠貞(1999)所編製之社會支持量表。生活目標量表之發展除根據理論及先前文獻加以編製外，並經過項目分析、信度分析及因素分析進行刪題，以形成正式量表。

正式研究係以北部及南部共四所國民中學共 395 名在學學生為正式受試者，經問卷調查及回收篩選後，剩餘有效問卷再進行後續統計分析。在統計方法上，本研究首先以描述統計為統計方法，探討青少年主要目標設定為何，並瞭解不同目標設定之排序與差異情形；其次則以聲望、偏差行為、學業成就、體能、職涯、自我呈現、人際關係與身體意象等八類目標傾向為自變項，同儕支持、親屬支持與專業人員支持為依變項，經由典型相關分析，以考驗兩組變項之相關情形。



四、結果與討論

根據研究目的，本研究主要探討青少年目標設定之傾向為何，以及其所獲得的社會支持為何，經描述統計與典型相關分析，研究結果如表 1、表 2 所示。

(一) 青少年之目標設定現況

由表 1 可知，當前 60% 以上之多數青少年認為其生活主要目標依序為：「走自己的路」(76.7%)、「找到好工作」(75.9%)、「不喜歡被規定約束」(75.4%)、「得到別人幫助」(75.2%)、「考試過關」(73.4%)、「有活力」(73.4%)、「被同學接納」(69.1%)、「獲得別人肯定」(68.9%)、「甄試(申請)好高中」(68.9%)、「有很多朋友」(67.8%)、「能對運動產生興趣」(66.8%)、「獲得別人尊敬」(65.8%)與「成為好學生」(65.6%)等。因此，當前青少年目標設定主要可歸類為：著重表現自我風格的「自我呈現」目標、獲得未來較佳經濟基礎的「職涯」目標、能被同學接納的「同儕關係」目標、獲得別人尊敬與肯定的「聲望」目標、期望自己有較佳的「學業成就」目標，以及渴望自己能更健康、更有活力的「體能」目標。至於「身體意象」與部分著重於運動表現的「體能」目標，則屬一般青少年之生活目標，約佔 42%-15%。而「偏差行為」目標等項次，僅佔 8%-1%，尚屬少數，然而仍須特別關注具有此目標傾向之青少年。

呈上所述，青少年之生活目標傾向具有以下幾點意涵：首先，由「走自己的路」、「找到好工作」、「不喜歡被規定約束」等目標可知，現今青少年渴望經濟與自由之獨立、不受規定拘束，或許這是當前當今教師、父母管教難為主因之一，抑或青少年社會問題成因之一，然而這同樣提供相關心理及輔導人員一個深切反省之機會，試問青少年生活上是不是有太多的束縛？訂定規定時，他們有參與嗎？我們有了解他們的需求嗎？其實如果青少年本身具有獨立自主的自我管理，對於其社會適應與社會關係應具有正面作用，唯一的差別在於青少年是否慎重考慮過自我行為，以及對自己行為負責。假使青少年皆以自我享樂為主，不考慮行為後果，則社會相關問題容易顯現。因此，當社會大眾希望這一代青少年能具有自我規範與自我獨立能力時，應先和他們建立關係，了解他們的次級文化，而非用「禁止」、「威權」方式命令，亦即任何規範應讓青少年有參與之機會，並說明其行為之權利與義務，才能要求青少年具有自我約束之能力並進而對自己行為負責。

其次，由「考試過關」、「甄試(申請)好高中」、「成為好學生」、「有活力」、「對運動產生興趣」等目標可知，儘管政府在減少升學壓力、回歸正常教學著墨頗多，然而課業壓力仍然是多數國中生之生活重心，並伴隨著校園生活之苦悶，因此他們希望生活中能多一點活力及動力。或許，學業成就並非是他們的主要目標，但在家庭壓力與社會期望下仍是他們主要生活活動，這同樣提供現今九年一貫課程中多元目標一個借鏡之處，亦即在新課程與制度下，應設計以學生為主之課程，能培養青少年多元生活智慧，著重身心多方面之均衡發展，然而是否與家長、校方或社會之價值取向配合仍值得進一步探討。畢竟教育領域與社會各層面應是息息相關，假使任何教育目標或制度僅是針對教育單一領域作設計，忽略其他配套措施、社會觀念與家長期望，容易在成效上大打折扣。而現今多元入學方案也衍生出不少問題，如學生需補習各種才藝，需擔任各種職務或志工，以求有較佳的學校表現，然而這亦壓縮不少學生自我休閒時間，甚至學習才藝、參加活動或志工服務皆非出於個人興趣，僅可視為升學之工具，教育當局者應謹慎思考此問題之嚴重性。

最後，由「得到別人幫助」、「被同學接納」、「獲得別人肯定」與「有很多朋友」等

目標可知，傳統觀點認為青少年傾向同儕依附，是自尊與社會關係之養成階段亦可獲得證實。至於從「有活力」、「能對運動產生興趣」等目標亦可得知，青少年也希望能在體能活動有所增進，至於此目標是否反映出現今校園活動是否太枯燥，與課業太沈重是否有關，仍須進一步證實，然而就目標分佈與取向而言，可以發現青少年在國中階段的確是多元目標取向，舉凡「自我呈現」、「聲望」、「學業成就」、「體能活動」、「職涯」與「人際關係」皆是他們生活希冀所在，而傳統學校教育之單一「學業取向」也應多元化，不但能滿足現今青少年的需求，亦應提供學生必要之多元資訊與學習技巧。

表 1 青少年之主要目標設定

排序	目標項目	%	排序	目標項目	%
1.	走自己的路。	76.7	21.	別人對我忠誠。	46.8
2.	找到好工作。	75.9	22.	課程對我很有用。	45.1
3.	不喜歡被規定約束。	75.4	23.	有氣質。	42.8
4.	得到別人幫助。	75.2	24.	被他人覺得很重要。	42.5
5.	考試過關。	73.4	25.	身材(體格)好。	40.0
6.	有活力。	73.4	26.	找樂子。	34.2
7.	被同學接納。	69.1	27.	很堅強。	32.7
8.	獲得別人肯定	68.9	28.	擅長各種運動。	31.6
8.	甄試(申請)好高中。	68.9	29.	接受技職訓練。	29.6
10.	有很多朋友。	67.8	30.	成為眾人焦點。	23.8
11.	能對運動產生興趣。	66.8	31.	參加校內各種比賽。	22.0
12.	獲得別人尊敬。	65.8	32.	成為頂尖球隊一員。	17.7
13.	成為好學生。	65.6	33.	具有社會吸引力。	17.0
14.	人緣好。	59.7	34.	我會報復我不爽的人。	16.2
15.	獲得好成績。	59.5	35.	成為運動校隊。	15.9
16.	有主見。	59.2	36.	只要我喜歡，有什麼不可以。	8.6
17.	打工賺錢。	58.7	37.	達到目的，不擇手段。	6.6
18.	被他人瞭解。	58.5	38.	欺騙他人，滿足自己慾望。	2.5
19.	獲得一技之長。	58.5	39.	被別人認為是老大。	2.5
20.	很堅強。	58.2	40.	打架滋事很威風。	1.0



(二)目標設定與社會支持之相關分析

表 2 係以典型相關分析受試者目標設定變項與社會支持變項兩組變項之相關情形。典型相關的目的是在找出 p 個 X 組變項的加權值和 q 個 Y 組變項的加權值，使兩組變項之線性組分數 (linear composite) 的相關達到最大值。因此，典型相關可將複雜的兩組變項間的關係加以簡單化，再透過典型變項加以表現。在典型變項中， χ 為 p 個 X 變項的線性組合， η 為 q 個 Y 變項的線性組合。然而並非每一對典型變項都能達到統計上的顯著水準，通常只保留較重要的幾對典型變項。典型相關係數 (ρ) 是 X 變項的典型變項 (χ) 與 Y 變項的典型變項 (η) 之間的相關，表 2 中的 ρ_1 、 ρ_2 分別為 .390 及 .318，這顯示 X 變項的典型變項 (χ_1 、 χ_2) 與 Y 變項的典型變項 (η_1 、 η_2) 之間有相關存在。決定係數 $\rho_2^2 = (.390)^2 = .152$ ，因此 η_1 的總變異量中，約有 15.2% 是由 χ_1 所決定； $\rho_2^2 = (.318)^2 = .101$ ，因此 η_2 的總變異量中，約有 10.1% 是由 χ_2 所決定，這顯示 χ_1 及 χ_2 分別對 η_1 及 η_2 具有相當的解釋力。

在重疊量數部分， X 組變項與 Y 組變項在 χ_1 上互相重疊的情形為 8.262% ($54.455\% \times .152 = 8.262$)，亦即透過第一個典型變項 (η_1)，目標設定變項可解釋社會支持變項總變異量的 8.262%，可知目標設定對社會支持具有解釋力。另一方面， X 組變項與 Y 組變項在 χ_2 上互相重疊的情形則為 2.509% ($24.839\% \times .101 = 2.509$)，亦即透過第二個典型變項 (η_2)，目標設定變項可解釋社會支持變項總變異量的 2.509%，因此目標設定透過第二典型變數對社會支持的解釋力偏低，在解釋上本研究即以第一典型變數為主。

在 X 組變項中，以「人際關係」、「自我意象」、「聲望」、「學業成就」及「體能」和第一典型變項 (χ_1) 的關係較為明顯，其相關係數分別均為 .797、.625、.553、.587、.452，其中以「人際關係」的 .797 為最高；而 Y 變項中的「親人支持」、「專業支持」和「同儕支持」與典型變項 (η_1) 較有關聯，其相關係數分別為 .927、.699 和 .535，亦以「親人支持」的 .927 為最高，這顯示「親人支持」對典型變項 (η_1) 最具重要性。亦即 X 組變項中相關係數較高的目標類別，主要是透過第一個典型變項 (χ_1) 與 Y 組變項中的「親人支持」較有關連，其次才是「專業支持」及「同儕支持」。

整體而言，上述研究結果顯示當青少年具有「聲望」、「學業成就」、「體能」、「人際關係」、「身體意象」等目標時，會獲得親人的支持；而當個體著重於「偏差行為」、「職涯」、「自我呈現」等目標時，則欠缺各類社會支持系統之支持。研究顯示學校教育主要目標之一在於試探青少年的職業，但是從本研究中發現青少年普遍認為此階段之職業目標設定並不會得到社會支持，因此這種目標認同之差異，可能導致在青少年職業試探教育中缺乏支持，個人職業傾向無法提早發現，在教育分化的過程中顯的無所適從。在心理上，假使個體目標並未獲得社會支持，則容易引發負向情感因子，如無望感、焦慮及憂鬱，甚至自我傷害 (Hadley & MacLeod, 2010)。

教育及輔導相關人員對學生最根本的支持，應該是出自於教師對青少年職業的尊重、肯定及鼓勵；而非一味要求學業表現。傳統觀點認為只有學業成就低的人，才考慮其職業，其實是有待商榷。唯有教育與輔導相關人員，先將學業成就和職業視為平等且同時之兩個目標，而非視職業附屬在學業成就之下時，並試探學生的職業學習性向，才能促使青少年職業能獲得社會支持。因此，無論教師、家長，甚至社會大眾，唯有肯定技職試探教育的重要性，才能扭轉大眾對技職工作者之刻板印象，豎立職業證照之專業價值。

其次，偏差行為的目標設定也與任何社會支持缺乏顯著相關，其中專業支持之缺乏特別值得注意！在學校教育體制下，偏差行為之處理，常常是訓導，而非輔導；在訓導無效時，才會轉入輔導室。因此，長久下來，不但輔導室變成了學生口中「壞學生才去」之處；輔導老師亦無法在第一時間對偏差行為作處理及輔導。在這樣的處理模式下，不僅輔導室顯得力不從心，青少年也覺得大部分偏差行為並無得到專業協助，因此，建立訓導人員具有預防輔導之能力，並能即時與輔導人員同時雙軌通報之處理系統，亦是刻不容緩之事。此外，許多學校輔導老師人手不足，工作量繁重，亦為人詬病。依現行規定：15 個班，得配一位專業的輔導老師。許多學校在大於 15，不及 30 班的情況下，仍只有一位專業輔導老師，或由國文科或社會科教師擔任兼職，又或是在偏遠地區的小學校，不及 15 班之情況下，便無輔導室或輔導老師之設置。諸如此類，都使得部分青少年的偏差傾向，得不到充分之專業支持加以導正，青少年問題惡化，校園衝突之預防工作較無法落實。

表 2 典型相關分析摘要表

X變數	典型變數		Y變數	典型變數	
	χ^1	χ^2		η^1	η^2
X1偏差行為	-.055	-.111	Y1親人支持	.927	.135
X2聲望	.553	-.032	Y2同儕支持	.535	-.772
X3學業成就	.587	.339	Y3專業支持	.699	.361
X4體能	.452	.536	抽出變異 (%)	54.455	24.839
X5職涯	.148	.304	重疊 (%)	8.262	2.509
X6自我呈現	.110	-.144			
X7人際關係	.797	-.301			
X8自我意象	.625	.208			
抽出變異 (%)	23.978	8.281	ρ^2	.152	.101
重疊 (%)	3.638	.837	典型相關 (ρ)	.390***	.318***

最後，自我呈現在青少年成長過程中扮演非常重要之角色，在表 1 亦可發現青少年在行為上具有「走自己的路」、「不喜歡被規定約束」等特質，然而卻未能獲得任何種類之社會支持，這對教育心理與輔導人員其實相當值得關切。檢視中等教育課程與內容可知，幾乎在「自我呈現」主題上頗少著墨，當青少年在缺乏自我約束與規範下自以為是，其後果往往衍生更嚴重的社會問題。因此，在現今課程架構下，教師彈性課程及學校空白課程皆增加，教師應善加利用以補正式課程不足之處。總之，如果現行教育與輔導人員能接納新新人類偏愛自我呈現之觀念，不必一味禁止，並能針對自我呈現之問題提供必要之輔導課程，教導他們適切人際技巧，共同協調必要之人際規範，則此類學生問題應可相對減少。



五、結論與建議

(一)研究結論

本研究目的主要探討青少年主要之生活目標，以及其與社會支持之關連，藉此瞭解社會支援系統不足之處，並使教育與輔導相關人員引以為鑑。經青少年生活目標量表及社會支持量表加以測量後，經描述統計及典型相關加以分析後，主要研究結論為：

- 1.受試者主要目標設定依序為「走自己的路」、「找到好工作」、「不喜歡被規定約束」、「得到別人幫助」、「考試過關」、「有活力」、「被同學接納」、「獲得別人肯定」、「甄試（申請）好高中」與「有很多朋友」等。
- 2.受試者「聲望」、「學業成就」、「體能」、「人際關係」、「身體意象」等目標與親人支持最具有關連。至於「自我呈現」、「偏差行為」與「職涯」目標則與社會支持各類型缺乏關連。

(二)研究建議

青少年是個體成長過程中最關鍵的階段，在此過程中，多元目標傾向之青少年實在不應演變為單一取向。其次，教育與輔導相關人員應在瞭解學生需求以及其他層面社會期望下，妥適安排課程以及提供必要之協助，如透過生活技巧課程訓練(life skills program)，結合學校、家庭、社區之資源，可使學生對自我目標信念具有更精確之體認及瞭解如何實踐(Forneris, Danish, & Scott, 2007)。本研究發現，其實青少年仍有許多目標（如偏差行為目標、自我呈現目標及職業目標）值得去注意與關懷，當然針對於社會支援體系所缺乏之部分，的確值得教育與輔導相關人員反省與持續精進。第三，青少年其實需要家長、師長及專業人員更多的關懷與支持，以協助其度過狂飆的青春期，在瞭解當前青少年目標設定之餘，接納他們的觀點、不吝嗇的提供關心、瞭解他們的問題，以健全他們的心智與行為，實在是教育專業人員不可逃避的責任。

在研究限制上，本研究僅以北部及南部國民中學在學學生為受試者，未包含中部及離島學生，在研究推論上應有所保留。至於受試學生雖在性別上頗為平均，然而在年級及社經地位上之分佈頗不平均，以7、8年級及中高社經地位學生為主，這亦是本研究之推論限制。第三，本研究雖然證實多數目標皆可獲得親人支持，然而並未有效區分是何種親人或主要照顧者，另亦無法有效釐清專業支持在青少年目標設定中所扮演之角色，僅能說明其重要性低於親人支持，這皆是本研究在研究推論上應保留之處。

對後續研究而言，社會支持的研究可區分為支持種類及支持來源，本研究僅考量支持來源，未來研究可同時納入支持類型之探討，以細部釐清青少年不同目標設定所獲得的社會支持來源及類型。至於針對不同年級、性別或社經地位之國中學生分別進行模型考驗，或許亦可進一步釐清職業目標、偏差目標或自我呈現目標無法彰顯之原因。最後，青少年社會目標經常伴隨政府教育政策、經濟狀況、社會風氣及文化水平而有所變動，後續研究可著重於長期質性觀察或量化追蹤之研究，或許可在不同世代中發現學生對生活目標設定之偏好或轉移。

參考文獻

- 李介至 (1999)。青少年親子衝突、因應策略極其相關因素之探討。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。
- 李介至 (2001)。善用合作學習防制校園暴力。輔導季刊, 37, 51-54。
- 晏函文 (1998)。校園兩性關係。台北：幼獅。
- 黃惠貞 (1999)。國民中學學生的社會計量地位與社會支持關係之研究。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。
- 黃德祥 (1994)。青少年發展與輔導。台北：五南出版社。
- 許崇憲 (2010)。他們為什麼比較用功？檢驗學業動機與復原力的解釋力。中華心理學刊, 52 (2), 155-171。
- Aunola, K., Stattin, H., & Nurmi, J. E. (2000). Adolescents' achievement strategies, school adjustment, and externalizing and internalizing problem behaviors. *Journal of Youth and Adolescence*, 29, 289-306.
- Carroll, A., Durkin, K., Hattie, J., & Houghton, S. (1997). Goal setting among adolescents: A comparison of delinquent, at-risk and not-at risk youth. *Journal of Educational Psychology*, 89, 441-450.
- Clausen, J. A. (1993). *American lives: Looking back at the children of the great depression*. New York: Free Press.
- Forneris, T., Danish, S. J., & Scott, D. L. (2007). Setting goals, solving problems and seeking social support: Developing adolescents' abilities through a life skills program. *Adolescence*, 42(165), 103-114.
- Gore, J. S., & Cross, S. E. (2006). Pursuing goals for us: Relationally autonomous reasons in long-term goal pursuit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(5), 848-861.
- Hadley, S. A., & MacLeod, A. K. (2010). Conditional goal-setting, personal goals and hopeless about the future. *Cognition and Emotion*, 24(7), 1191-1198.
- Juan, H., Estefania, E., & Gonzalo, M. (2006). The relationships of adolescent school-related deviant behavior and victimization with psychological distress: Testing a general model of the mediational role of parents and teachers across groups of gender and age. *Journal of Adolescence*, 29(5), 671-690.
- Pajares, F., Britner, S. L., & Valiante, G. (2000). Relation between achievement goals and self-beliefs of middle school students in writing and science. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 406-422.
- Pope, A. W., & Bierman, K. L. (1999). Predicting adolescent peer problems and antisocial activities: The relative roles of aggression and dysregulation. *Developmental Psychology*, 35, 335-346.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist*, 57, 705-717.
- McWhirter, J. J., McWhirter, B. T., McWhirter, A. M., & McWhirter, E. H. (1998). *At risk youth: A comprehensive response*. Pacific Grove, Calif.: Cole.
- Messman, S. J., & Mikesell, R. L. (2000). Competition and interpersonal conflict in dating relationships. *Communication Reports*, 13, 21-35.
- Meurling, C. N., Ray, G. E., & LoBello, S. G. (1999). Children's evaluations of classroom friend and classroom best friend relationships. *Child Study Journal*, 29, 79-94.
- Miller, R. B., & Brickman, S. J. (2004). A model of future oriented motivation and self-regulation. *Educational Psychology Review*, 16, 9-33.
- Morison, P., & Masten, A. S. (1991). Peer reputation in middle childhood as a predictor of



- adaptation in adolescence: A seven-year follow-up. *Child Development*, 62, 991-1007.
- Murdock, T. B., Hale, N. M., & Weber, M. J. (2001). Predictors of cheating among early adolescents: Academic and social motivations. *Contemporary Educational Psychology*, 26, 96-115.
- Shevlin, M., Millar, R. (2006). Career education: An application of latent growth curve modeling to career information-seeking behavior of school pupils. *British Journal of Educational Psychology*, 76, 141-153.
- Vingilis, E., Wade, T. J., & Adlaf, E. (1998). What factors predict student self-rated physical health? *Journal of Adolescence*, 21, 83-97.